UPSC Mains பகுப்பாய்வு: NFHS-6 (2023–24) – வளர்ச்சிக் குன்றல் 29.3%-ஆகக் குறைந்தது, கருவுறுதல் விகிதம் 2.0-இல் நிலைத்தது; ஆனால் உடல் மெலிவு, அதிகரிக்கும் உடல் பருமன், இரத்தசோகைத் தரவு இல்லாமை – அடுத்த சவால்கள்

சுகாதாரம் · 9 நவம்பர் 2026 · https://www.shanmugamiasacademy.in/upsc-mains-analysis-tamil



UPSC Mains பகுப்பாய்வு – 9 நவம்பர் 2026 நடப்பு நிகழ்வுகள் (Shanmugam IAS Academy)

செய்தியின் பின்னணி (Context)

2026 மே 29 அன்று, மத்திய சுகாதார, குடும்ப நல அமைச்சகம் (MoHFW) **ஆறாவது தேசியக் குடும்ப நலக் கணக்கெடுப்பின் (NFHS-6, 2023–24)** இந்திய, மாநில/யூனியன் பிரதேச அறிக்கைத் தாள்களை (fact sheets) வெளியிட்டது. மும்பையில் உள்ள பன்னாட்டு மக்கள்தொகை அறிவியல் நிறுவனம் (IIPS) இதன் முதன்மை முகமை. **715 மாவட்டங்களில் 6,79,238 குடும்பங்கள்** இதில் கணக்கெடுக்கப்பட்டன. ஊட்டச்சத்து, கருவுறுதல், தாய்-சேய் நலம், பெண்கள் அதிகாரம் பற்றிய மாவட்ட அளவுத் தரவுக்கு இந்தியாவின் முக்கிய ஆதாரம் இதுவே; ஒப்பீட்டு அடிப்படை NFHS-5 (2019–21).

முடிவுகள் கலவையானவை. குழந்தைகளின் **வளர்ச்சிக் குன்றல் 35.5%-இலிருந்து 29.3%-ஆகக் குறைந்தது**; மொத்தக் கருவுறுதல் விகிதம் (TFR) **2.0**-இலேயே நீடிக்கிறது; **90.6%**

பிரசவங்கள் இப்போது மருத்துவ நிறுவனங்களில் நடைபெறுகின்றன. ஆனால் உடல் மெலிவும் எடைக் குறைவும் அரிதாகவே மாறின; பெரியவர்களிடம் அதிக எடையும் உயர் இரத்தச் சர்க்கரையும் கூர்மையாக உயர்ந்தன; NFHS-5-இல் 131 முக்கியக் குறியீடுகள் இருந்த இடத்தில் **NFHS-6 அறிக்கைத் தாள்களில் 101 மட்டுமே** உள்ளன – **இரத்தசோகையும் பிறப்பின்போது பாலின விகிதமும் அவற்றில் இல்லை**. UPSC மாணவருக்கான கேள்வி: இந்தியாவின் சமீபத்திய சுகாதாரக் கணக்கெடுப்பு என்ன சொல்கிறது, எதைச் சொல்லவில்லை, கொள்கை அடுத்து என்ன செய்ய வேண்டும்?

> **GS தாள்:** GS-II – சுகாதாரம், ஊட்டச்சத்து, நலிவுற்ற பிரிவினருக்கான (பெண்கள், குழந்தைகள்) நலத்திட்டங்கள், போஷன் அபியான், சக்ஷம் அங்கன்வாடி – போஷன் 2.0 இயக்கம், இரத்தசோகையற்ற இந்தியா (Anaemia Mukt Bharat); புள்ளியியல் ஆளுகை. GS-I (மக்கள்தொகை, பெண்கள் பிரச்சினைகள், பிராந்திய ஏற்றத்தாழ்வு), GS-III (மனித மூலதனம், உள்ளடக்கிய வளர்ச்சி), கட்டுரைத் தாள் ஆகியவற்றுக்கும் பயன்படும்.



அடிப்படைத் தகவல்கள் (Background): NFHS என்றால் என்ன

- IIPS மூலம் சுகாதார அமைச்சகம் நடத்தும், நாடு முழுவதையும் பிரதிநிதித்துவப்படுத்தும் பெரிய குடும்பக் கணக்கெடுப்பு; NFHS-5 2019–21 காலத்தையும், NFHS-6 2023–24 காலத்தையும் உள்ளடக்குகின்றன.
- குழந்தைகளின் உயரம், எடை (வளர்ச்சிக் குன்றல், உடல் மெலிவு, எடைக் குறைவு கணக்கிட), பெரியவர்களின் எடை, இரத்தச் சர்க்கரை, இரத்த அழுத்தம் ஆகியவற்றை அளக்கிறது; பிறப்பு, கருத்தடை, கர்ப்பகாலப் பராமரிப்பு, தடுப்பூசி, பெண்களின் சுயாட்சி பற்றியும் கேட்கிறது.
- அறிக்கைத் தாள்களில் உள்ளவை தற்காலிக முடிவுகள்; விரிவான தேசிய அறிக்கை வழக்கமாகப் பின்னர் வெளிவரும்.

மையப் பகுப்பாய்வு: தேசிய நிலை (NFHS-5 → NFHS-6)

குறியீடு	NFHS-5 (2019–21)	NFHS-6 (2023–24)	பொருள்
5 வயதுக்குட்பட்ட குழந்தைகளில் வளர்ச்சிக் குன்றல் (வயதுக்கேற்ற உயரம் இல்லாமை)	35.5%	**29.3%**	மிக வேகமான முன்னேற்றம் – நீண்டகால ஊட்டச்சத்துக் குறைபாடு குறைகிறது
உடல் மெலிவு (உயரத்துக்கேற்ற எடை இல்லாமை)	19.3%	19.0%	ஏறக்குறைய மாற்றமில்லை – திடீர் ஊட்டச்சத்துக் குறைபாடு தொடர்கிறது
கடும் உடல் மெலிவு	7.7%	5.2%	மிக ஆபத்தான வடிவத்தில் உண்மையான குறைவு
எடைக் குறைவு (வயதுக்கேற்ற எடை இல்லாமை)	32.1%	31.8%	ஏறக்குறைய மாறவில்லை; மூன்றில் ஒரு குழந்தை
6 மாதத்துக்குட்பட்ட குழந்தைகளுக்குத் தாய்ப்பால் மட்டும்	63.7%	55.8%	கவலைக்குரிய சரிவு
மொத்தக் கருவுறுதல் விகிதம்	2.0	2.0 (நகர்ப்புறம் 1.6, ஊரகம் 2.1)	தேசிய அளவில் மாற்றீட்டு நிலைக்கு (2.1) கீழே

மருத்துவ நிறுவனங்களில் பிரசவம்	88.6%	90.6%	பல மாநிலங்களில் கிட்டத்தட்ட அனைவருக்கும் அணுகல்
அறுவைச் சிகிச்சைப் பிரசவம் (சிசேரியன்)	21.5%	27.2%	உயர்கிறது; தனியார் மருத்துவமனைகளில் மிக அதிகம்
கர்ப்பகாலத்தில் 180+ நாள் IFA மாத்திரை உட்கொண்ட தாய்மார்	26.0%	37.8%	முன்னேற்றம்; ஆனாலும் சிறுபான்மையினரே
அதிக எடை / உடல் பருமன் உள்ள பெண்கள் (BMI 25+)	24.0%	30.7%	ஊட்டச்சத்துச் சிக்கலின் மறுமுகம்
உயர் இரத்தச் சர்க்கரை உள்ள / மருந்து உட்கொள்ளும் பெண்கள்	13.5%	17.8%	தொற்றா நோய்ச் சுமை உயர்கிறது
18 வயதுக்கு முன் திருமணமான 20–24 வயதுப் பெண்கள்	23.3%	20.1%	மெதுவான குறைவு; ஐந்தில் ஒருவர்
இரத்தசோகை (6–59 மாதக் குழந்தைகள் / 15–49 வயதுப் பெண்கள் / கர்ப்பிணிகள்)	67.1% / 57.0% / 52.2%	**அளக்கப்படவில்லை**	ஹீமோகுளோபின் சோதனை கைவிடப்பட்டது
பிறப்பின்போது பாலின விகிதம் (1,000 ஆண் குழந்தைகளுக்குப் பெண் குழந்தைகள்)	929	**அறிக்கைத் தாளில் இல்லை**	பிற தரவு அமைப்புகளிடம் விடப்பட்டது

ஏன் முக்கியம்

- **வளர்ச்சிக் குன்றலும் உடல் மெலிவும்:** வளர்ச்சிக் குன்றல் நீண்டகாலப் பற்றாக்குறையைக் காட்டுகிறது – தாயின் ஊட்டச்சத்துக் குறைவு, தொற்றுகள், சுகாதாரமின்மை. அது குறைவது, வருமானம், கழிப்பறைகள், கல்வி, தாய்நலப் பராமரிப்பு ஆகியவற்றின் பரந்த முன்னேற்றம் பலன் தருவதைக் காட்டுகிறது. உடல் மெலிவு அண்மைக்காலப் பற்றாக்குறையையும் நோயையும் காட்டுகிறது; அது 19%-இல் தேங்கியிருப்பது, மெலிந்த குழந்தைகளை விரைவாகக் கண்டறிந்து சிகிச்சையளிக்கும் வலுவான அமைப்பு இன்னும் தேவை என்பதைக் காட்டுகிறது.

- **கருவுறுதல்:** தேசிய TFR 2.0 என்பது "மக்கள்தொகைக் கட்டுப்பாடு" என்ற பார்வை காலாவதியானதை உறுதிப்படுத்துகிறது. குடும்பக் கட்டுப்பாட்டில் தேர்வின் தரம், நகர்ப்புற–ஊரக இடைவெளி (1.6 – 2.1), தென் மாநிலங்களில் முதுமையடையும் மக்கள்தொகை ஆகியவையே இப்போதைய கொள்கைக் கேள்விகள்.
- **பெண்கள் நலம்:** அதிகமான பெண்கள் மருத்துவ நிறுவனங்களில் பிரசவிக்கின்றனர், IFA மாத்திரைகள் உட்கொள்கின்றனர்; வங்கிக் கணக்கைத் தாமே பயன்படுத்துவோர் (78.6% → 89.0%), இணையத்தைப் பயன்படுத்தியோர் (33.3% → 64.3%) அதிகரித்துள்ளனர். ஆனாலும் இளம் பெண்களில் ஐந்தில் ஒருவர் குழந்தைப் பருவத்திலேயே திருமணம் செய்விக்கப்பட்டவர்; ஏறக்குறைய மூன்றில் ஒரு பெண் அதிக எடை அல்லது உடல் பருமன் உடையவர்.
- **தரவு ஒரு பொதுச் சொத்து:** இரத்தசோகை, பிறப்பின்போது பாலின விகிதம் ஆகிய தரவுகள் இல்லாமல், இரண்டு சுற்றுகளுக்கு இடையே இரத்தசோகையற்ற இந்தியா திட்டமோ, பாலினத் தேர்வுக்கு எதிரான இயக்கமோ பலன் தந்ததா என்பதைக் கணக்கெடுப்பால் காட்ட முடியாது.

தமிழ்நாடு – இந்தியா ஒப்பீடு

குறியீடு	தமிழ்நாடு NFHS-5	தமிழ்நாடு NFHS-6	இந்தியா NFHS-6
வளர்ச்சிக் குன்றல்	25.0%	**20.7%**	29.3%
உடல் மெலிவு	14.6%	**17.4%** (உயர்வு)	19.0%
எடைக் குறைவு	22.0%	23.2% (உயர்வு)	31.8%
மொத்தக் கருவுறுதல் விகிதம்	1.8	**1.7**	2.0
மருத்துவ நிறுவனங்களில் பிரசவம்	99.6%	99.7%	90.6%
முதல் மூன்று மாதங்களில் கர்ப்பகாலப் பரிசோதனை	77.4%	71.2% (சரிவு)	76.2%
அதிக எடை / உடல் பருமன் உள்ள பெண்கள்	சுமார் 40%	**44.2%**	30.7%
அறுவைச் சிகிச்சைப் பிரசவம்	44.9%	46.9%	27.2%
பிறப்பின்போது பாலின விகிதம்	878	அறிக்கைத் தாளில் இல்லை	அறிக்கைத் தாளில் இல்லை

வளர்ச்சிக் குன்றல், கருவுறுதல், மருத்துவமனைப் பிரசவம் ஆகியவற்றில் தமிழ்நாடு முன்னணியில் உள்ளது; ஆனால் மூன்று எச்சரிக்கைகள் தெரிகின்றன: **உடல் மெலிவும் எடைக் குறைவும் உயர்ந்துள்ளன**; முதல் மூன்று மாதங்களில் கர்ப்பகாலப் பரிசோதனை குறைந்துள்ளது; **44.2% பெண்கள் அதிக எடை அல்லது உடல் பருமன் உடையவர்கள்**; பெண்களில் 25.2%, ஆண்களில் 26.7% பேருக்கு உயர் இரத்தச் சர்க்கரை உள்ளது. NFHS-5 மாநிலத்தின் பிறப்பின்போது பாலின விகிதத்தை 878 எனக் குறைவாகக் காட்டியிருந்தது; NFHS-6 அதைப் புதுப்பிக்கவில்லை – எனவே மாநிலம் தன் பிறப்புப் பதிவுத் தரவையே நம்ப வேண்டும். குறைந்த கருவுறுதல் மாநில அரசியல் விவாதத்திலும் நுழைந்துள்ளது: 2026 ஜூன் 1 அன்று விசிக நாடாளுமன்ற உறுப்பினர் து. ரவிக்குமார், இந்தச் சரிவைக் கையாள நடவடிக்கை கோரி மாநில சுகாதார அமைச்சருக்குக் கடிதம் எழுதினார்.

அரசு செய்தவை

- **போஷன் அபியான்:** 2018 மார்ச் 8 அன்று ராஜஸ்தானின் ஜுன்ஜுனுவில் பிரதமர் தொடங்கினார்; அமைச்சகங்களின் ஒருங்கிணைப்பு, சமூக நிகழ்வுகள் மூலம் சிறு குழந்தைகள், பெண்கள், வளரிளம் பெண்களிடம் வளர்ச்சிக் குன்றல், எடைக் குறைவு, இரத்தசோகையைக் குறைப்பது இலக்கு.
- **சக்ஷம் அங்கன்வாடி – போஷன் 2.0 இயக்கம்:** 2021–22 பட்ஜெட்டில் அங்கன்வாடி சேவைகள், போஷன் அபியான், வளரிளம் பெண்களுக்கான திட்டம் ஆகியவற்றை இணைத்து உருவானது; கூடுதல் ஊட்டச்சத்து, இளம் குழந்தைப் பராமரிப்பும் கல்வியும், அங்கன்வாடி மையங்களை மேம்படுத்துதல் (சக்ஷம் அங்கன்வாடி) ஆகியவை இதில் அடங்கும். போஷன் டிராக்கர் செயலி குழந்தைகளின் வளர்ச்சிக் கண்காணிப்பை நிகழ்நேரத்தில் பதிவு செய்கிறது.
- **இரத்தசோகையற்ற இந்தியா (2018):** "6×6×6" உத்தி – ஆறு இலக்குக் குழுக்கள், ஆறு தலையீடுகள், ஆறு நிறுவன அமைப்புகள்; IFA மாத்திரை வழங்கல், குடற்புழு நீக்கம், பரிசோதனையும் சிகிச்சையும், அரசுத் திட்டங்களில் செறிவூட்டப்பட்ட உணவுகள்.
- **இரத்தசோகைத் தரவு ஏன் இல்லை:** விரல் நுனி (capillary) இரத்த மாதிரியின் நம்பகத்தன்மை குறித்த ஐயங்களால் NFHS-6-இல் ஹீமோகுளோபின் சோதனை கைவிடப்பட்டது. நரம்பு இரத்த மாதிரியைப் பயன்படுத்தும் ICMR உணவு, உயிர்க்குறியீட்டுக் கணக்கெடுப்பின் (Diet and Biomarkers Survey) மதிப்பீடுகளைச் சுகாதார அமைச்சகம் பயன்படுத்தும். 2026 ஆகஸ்ட் 4 அன்று செய்தியான மாநிலங்களவைப் பதிலில், தரவு ஒத்திசைவுக்காக (MoSPI, நிதி ஆயோக், பதிவாளர் ஜெனரல் இடம்பெற்ற) தொழில்நுட்ப ஆலோசனைக் குழுவின் பரிந்துரைப்படி குறியீடுகள் இறுதி செய்யப்பட்டதாக இணையமைச்சர் தெரிவித்தார்.

சவால்கள்

- **உடல் மெலிவு இடைவெளி:** உணவுப் பொருள் வழங்கலை மையப்படுத்திய திட்டங்கள் குழந்தைகளைச் சென்றடைகின்றன; ஆனால் திடீரென மெலிந்த குழந்தைகளைக் கண்டறிந்து சிகிச்சையளிக்க முறையான எடை அளவீடு, பரிந்துரை, தொடர் கண்காணிப்பு தேவை – பல அங்கன்வாடிகளில் இதுவே பலவீனமான கண்ணி.
- **உணவூட்டும் பழக்கங்கள்:** தாய்ப்பால் மட்டும் வழங்குதல் 55.8%-ஆகக் குறைந்தது; வேலைக்குச் செல்லும் தாய்மார், முன்கூட்டியே புட்டிப்பால் பயன்பாடு, பலவீனமான ஆலோசனை – அனைத்தும் காரணிகள்.

- **ஊட்டச்சத்து மாற்றம்:** குழந்தைகளிடம் ஊட்டச்சத்துக் குறைபாடு, பெரியவர்களிடம் அதிக எடையும் நீரிழிவும் – இரண்டும் இப்போது அருகருகே உள்ளன, குறிப்பாக வளமான மாநிலங்களில். கலோரியை மட்டும் நோக்கமாகக் கொண்ட திட்டங்கள் சர்க்கரை, உப்பு, கொழுப்பு மிகுந்த உணவுப் பழக்கத்தை மோசமாக்கலாம்.
- **தாய்நலப் பராமரிப்பின் தரம்:** குறிப்பாகத் தனியார் மருத்துவமனைகளில் உயர்ந்த அறுவைப் பிரசவ விகிதம், தமிழ்நாட்டில் முதல் மூன்று மாதக் கர்ப்பகாலப் பரிசோதனை குறைதல் – அணுகல் மட்டுமே தரம் ஆகாது என்பதைக் காட்டுகின்றன.
- **உடைந்த காலவரிசைத் தரவு:** இரத்தசோகை, பிறப்பின்போது பாலின விகிதம் உள்ளிட்ட குறியீடுகளை நீக்கியதால், நாட்டுக்கு மிக அதிகமாகச் சான்று தேவைப்படும் விஷயங்களிலேயே NFHS-5 – NFHS-6 ஒப்பீடு சாத்தியமில்லாமல் போகிறது.

தீர்வு வழிகள் (Way forward)

1. **உடல் மெலிவை அடுத்த இலக்காக்குதல்:** ஒவ்வொரு அங்கன்வாடியிலும் சமூக அடிப்படையிலான கடும் ஊட்டச்சத்துக் குறைபாட்டு மேலாண்மை; போஷன் டிராக்கர் தரவை அறிக்கைக்காக மட்டுமல்லாமல், மாதாந்திரத் தொடர் கவனிப்புக்குப் பயன்படுத்துதல்.
2. **முதல் 1,000 நாட்களைப் பாதுகாத்தல்:** கர்ப்பத்தை முன்கூட்டியே பதிவு செய்தல், 180 நாள் IFA, தாய்ப்பால் ஆலோசனை, வேலைக்குச் செல்லும் தாய்மாருக்கு ஆதரவு (குழந்தைக் காப்பகங்கள், மகப்பேறு நலன்கள்).
3. **கலோரி மட்டுமல்ல, உணவின் தரம்:** கூடுதல் ஊட்டச்சத்திலும் PM POSHAN-இலும் சிறுதானியங்கள், முட்டை, பருப்பு, காய்கறிகள்; பொட்டலத்தின் முன்பக்க ஊட்டச்சத்து லேபிள், குழந்தைகளை நோக்கிய ஆரோக்கியமற்ற உணவு விளம்பரங்களுக்குக் கட்டுப்பாடு.
4. **அறுவைப் பிரசவங்களைத் தணிக்கை செய்தல்:** மருத்துவமனை வாரியான விகிதங்களை வெளியிட்டு, மருத்துவத் தேவையை ஆய்வு செய்தல் – தனியார் மருத்துவமனைகளிலிருந்து தொடங்கி.
5. **தரவுத் தொடர்ச்சியை மீட்டெடுத்தல்:** NFHS-6 தேசிய அறிக்கையையும் ICMR இரத்தசோகை மதிப்பீடுகளையும், ஒப்பீட்டுத் தன்மை பற்றிய தெளிவான குறிப்புடன் வெளியிடுதல்; பிறப்பின்போது பாலின விகிதத்தை ஒவ்வொரு மாவட்டத்திலும் குடிமைப் பதிவு முறை (CRS), மாதிரிப் பதிவு முறை (SRS) மூலம் கண்காணித்தல்.
6. **மாநிலத்துக்கேற்ற திட்டங்கள்:** தமிழ்நாட்டுக்கு உடல் மெலிவு – உடல் பருமன் திட்டம் தேவை; சுமை அதிகமுள்ள மாநிலங்களுக்கு இன்னும் வளர்ச்சிக் குன்றல் திட்டமே தேவை.

முடிவுரை: வளர்ச்சிக் குன்றல், கருவுறுதல், மருத்துவமனைப் பிரசவம் ஆகியவற்றில் இந்தியா திருப்புமுனையைக் கடந்துவிட்டதை NFHS-6 காட்டுகிறது. அடுத்த முன்னேற்றங்கள் கடினமானவை: குழந்தைகளின் திடீர் ஊட்டச்சத்துக் குறைபாடு, பெரியவர்களிடம் உயரும் உடல் பருமனும் நீரிழிவும், தாய்நலப் பராமரிப்பின் தரம். குறைவாக அளக்கும் சுகாதார அமைப்பால் சிறப்பாக நிர்வகிக்க முடியாது; எனவே இரத்தசோகை, பாலின விகிதத் தரவை மீட்டெடுப்பதும் கொள்கைத் திட்டத்தின் ஒரு பகுதியே.

Mains மாதிரி வினா

வினா. "NFHS-6, உடல் மெலிவை விட வளர்ச்சிக் குன்றலில் வேகமான முன்னேற்றத்தைக் காட்டுகிறது; அதே நேரம் பெரியவர்களிடம் உடல் பருமன் உயர்கிறது." இது இந்தியாவின் ஊட்டச்சத்துக் கொள்கைக்கு உணர்த்துவது என்ன என்பதை ஆராய்க. *(15 மதிப்பெண், 250 சொற்கள்)*

விடை எழுதும் வடிவம்: முன்னுரை – NFHS-6 (2023–24, 2026 மே 29 வெளியீடு): வளர்ச்சிக் குன்றல் 35.5% → 29.3% · உடல் – (அ) வளர்ச்சிக் குன்றல் ஏன் குறைந்தது (வருமானம், சுகாதாரம், தாய்நலம், கல்வி); (ஆ) உடல் மெலிவு (19.0%), எடைக் குறைவு (31.8%) ஏன் தேங்கின; (இ) மறுபக்கம் – அதிக எடையுள்ள பெண்கள் 30.7%, உயர் இரத்தச் சர்க்கரை 17.8%; தமிழ்நாட்டு உதாரணம் (வளர்ச்சிக் குன்றல் 20.7%, ஆனால் உடல் மெலிவு 17.4%, அதிக எடையுள்ள பெண்கள் 44.2%); (ஈ) திட்டங்கள் – போஷன் அபியான், சக்ஷம் அங்கன்வாடி – போஷன் 2.0, இரத்தசோகையற்ற இந்தியா; (உ) இரத்தசோகைத் தரவு இடைவெளி · தீர்வு வழிகள் – மெலிவுச் சிகிச்சை, முதல் 1,000 நாட்கள், உணவின் தரம், தரவுத் தொடர்ச்சி · முடிவுரை – "ஆசிரியர் பார்வை" வரி.

Prelims குறிப்புகள்

- NFHS-6 (2023–24): அறிக்கைத் தாள்களை 2026 மே 29 அன்று சுகாதார அமைச்சகம் வெளியிட்டது; முதன்மை முகமை IIPS, மும்பை; 6,79,238 குடும்பங்கள், 715 மாவட்டங்கள்.
- வளர்ச்சிக் குன்றல் = வயதுக்கேற்ற உயரம் இல்லாமை (நீண்டகாலம்); உடல் மெலிவு = உயரத்துக்கேற்ற எடை இல்லாமை (திடீர்); எடைக் குறைவு = வயதுக்கேற்ற எடை இல்லாமை (கூட்டுக் குறியீடு).
- NFHS-6 இந்தியா: TFR 2.0 (நகர்ப்புறம் 1.6, ஊரகம் 2.1); மருத்துவமனைப் பிரசவம் 90.6%; வளர்ச்சிக் குன்றல் 29.3%; உடல் மெலிவு 19.0%; எடைக் குறைவு 31.8%.
- NFHS-5 இந்தியா (NFHS-இன் சமீபத்திய இரத்தசோகைத் தரவு): 6–59 மாதக் குழந்தைகள் 67.1%, 15–49 வயதுப் பெண்கள் 57.0%, கர்ப்பிணிகள் 52.2%; பிறப்பின்போது பாலின விகிதம் 929.
- போஷன் அபியான்: 2018 மார்ச் 8, ஜுன்ஜுனு (ராஜஸ்தான்); இரத்தசோகையற்ற இந்தியா: 2018, "6×6×6" உத்தி.
- ICMR உணவு, உயிர்க்குறியீட்டுக் கணக்கெடுப்பு (DABS-I) – இரத்தசோகை மதிப்பீடுகளுக்குச் சுகாதார அமைச்சகம் பயன்படுத்தும் ஆதாரம் (நரம்பு இரத்த மாதிரி).

UPSC-இல் முன்பு கேட்ட வினாக்கள் (Mains PYQ)

அதிகாரப்பூர்வ வினாத்தாள் வாசகம் (ஆங்கிலத்தில்) – இந்தக் கட்டுரை இவற்றுக்கு எப்படி உதவும் என்ற குறிப்புடன்.

GS-II 2024 10 மதிப்பெண்

"Poverty and malnutrition create a vicious cycle, adversely affecting human capital formation. What steps can be taken to break the cycle?"

இந்தக் கட்டுரை உதவும் விதம்: NFHS-6 சமீபத்திய தரவைத் தருகிறது: வளர்ச்சிக் குன்றல் 29.3%; ஆனால் உடல் மெலிவு 19.0%, எடைக் குறைவு 31.8% அரிதாகவே மாறின –

"நடவடிக்கைகள்" பகுதிக்குத் தீர்வு வழிகளை (முதல் 1,000 நாட்கள், அங்கன்வாடி வழியாக மெலிவுச் சிகிச்சை, பெண் கல்வி, வருமானம்) பயன்படுத்துங்கள்.

GS-II 2020 10 மதிப்பெண்

"In order to enhance the prospects of social development, sound and adequate health care policies are needed particularly in the fields of geriatric and maternal health care. Discuss."

இந்தக் கட்டுரை உதவும் விதம்: தாய்நலப் பகுதிக்கு: மருத்துவமனைப் பிரசவங்கள் 90.6%, 180+ நாள் IFA 26.0%-இலிருந்து 37.8%-ஆக உயர்வு; ஆனால் அறுவைப் பிரசவங்கள் நாடு முழுவதும் 27.2%, தமிழ்நாட்டில் 46.9% – அணுகல் மேம்பட்டுள்ளது; அடுத்த சோதனை சிகிச்சையின் தரமும் பொருத்தமும்.

GS-I 2019 10 மதிப்பெண்

""Empowering women is the key to control population growth". Discuss"

இந்தக் கட்டுரை உதவும் விதம்: TFR ஏற்கெனவே 2.0 (நகர்ப்புறம் 1.6, ஊரகம் 2.1); பெண்களின் வங்கிக் கணக்குப் பயன்பாடு (89.0%), இணையப் பயன்பாடு (64.3%), குறையும் குழந்தைத் திருமணம் (20.1%) ஆகியவற்றுடன் இணைக்கவும் – தமிழ்நாடு (TFR 1.7) போன்ற மாநிலங்களில் விவாதம் முதுமையை நோக்கி நகர்ந்துள்ளதையும் குறிப்பிடுங்கள்.

ஆசிரியர் பார்வை – எதிர்கால நோக்கு (Shanmugam IAS Academy)

தேர்வு அறைக்கு எடுத்துச் செல்ல வேண்டிய கருத்து **"ஊட்டச்சத்து மாற்றம்" (nutrition transition)** – வருமானம் உயர்ந்து நகர வாழ்க்கை பரவும்போது, பற்றாக்குறையின் உணவும் நோய்களும் (வளர்ச்சிக் குன்றல், எடைக் குறைவு) என்ற நிலையிலிருந்து மிகுதியின் உணவும் நோய்களும் (உடல் பருமன், நீரிழிவு) என்ற நிலைக்கு நிகழும் மாற்றம். இந்தியா இந்த மாற்றத்தின் நடுவில் இருப்பதை NFHS-6 காட்டுகிறது: வளர்ச்சிக் குன்றல் குறைகிறது, பெரியவர்களிடம் அதிக எடை உயர்கிறது; இந்தியாவின் பிற பகுதிகள் எங்கே செல்கின்றன என்பதைத் தமிழ்நாடு காட்டுகிறது. கொள்கைப் பாடம்: ஊட்டச்சத்துத் திட்டங்கள் இனி பசியையும் ஆரோக்கியமற்ற உணவையும் ஒருசேர எதிர்க்க வேண்டும்; இரண்டையும் அளக்கவும் வேண்டும்.

- **கவனிக்க வேண்டிய மாற்றம்:** விவாதம் "குழந்தைக்கு எவ்வளவு உணவு சென்றடைகிறது" என்பதிலிருந்து "குடும்பத்துக்கு எந்தத் தரமான உணவும் பராமரிப்பும் கிடைக்கிறது" என்பதை நோக்கி நகர்கிறது. "இந்தியாவின் ஊட்டச்சத்துச் சவால் கலோரியிலிருந்து தரத்துக்கு நகர்ந்துவிட்டது" என்று எழுதுங்கள்.
- **அடுத்துக் கவனிக்க வேண்டியவை:** (1) NFHS-6 தேசிய அறிக்கையும், நீக்கப்பட்ட குறியீடுகளை அது மீட்டெடுக்குமா என்பதும், (2) ICMR உணவு, உயிர்க்குறியீட்டுக் கணக்கெடுப்பின் இரத்தசோகை மதிப்பீடுகள், (3) உயர்ந்துள்ள உடல் மெலிவுக்குத் தமிழ்நாடு தன் அங்கன்வாடி வலையமைப்பு மூலம் எப்படிப் பதிலளிக்கிறது, (4) 2025–26-க்குப் பிந்தைய காலத்துக்குச் சக்ஷம் அங்கன்வாடி – போஷன் 2.0 இலக்குகள் எப்படி மாற்றியமைக்கப்படுகின்றன.
- **முடிவுரைக்கான தயார் வரி:** "வளர்ச்சிக் குன்றலுக்கு எதிரான போரில் இந்தியா வெல்லத் தொடங்கியுள்ளது; ஊட்டச்சத்துக் குறைபாட்டுக்கு எதிரான முழுப் போரை

வெல்ல, ஊட்டச்சத்து மாற்றத்தை நிர்வகிக்க வேண்டும் – சரிசெய்ய விரும்புவதை அளந்துகொண்டே இருக்க வேண்டும்."

ஆதாரங்கள்: NFHS-6 இந்திய, மாநில/யூனியன் பிரதேச அறிக்கைத் தாள்கள், 2023–24 (சுகாதார அமைச்சகத்துக்காக IIPS, 2026 மே); NFHS-5 தமிழ்நாடு அறிக்கைத் தாள்; NFHS-6 குறித்த சுகாதார அமைச்சக அறிக்கை – PTI (ThePrint), Medical Dialogues, Nagaland Tribune (2026 மே 29); தேசியத் தரவு குறித்து Outlook, Etemaad, Madhyamam; தமிழ்நாட்டுத் தரவு குறித்து DT Next, Madhyamam/IANS, Medbound Times, The South First, SBI Research (2026 ஜூன் 17); நீக்கப்பட்ட குறியீடுகள் குறித்து The News Minute, OpenCity, India Today NE; மாநிலங்களவைப் பதில் (2026 ஆகஸ்ட் 4) குறித்து ThePrint/PTI, Business Standard; ICMR கணக்கெடுப்பு குறித்து The South First; NFHS-5 பாலின விகிதம் குறித்து PIB (2021 டிசம்பர் 17), Morung Express/PTI; இரத்தசோகையற்ற இந்தியா குறித்து PIB (2022 பிப்ரவரி 4), சுகாதார அமைச்சகம்; போஷன் குறித்து PIB (2025 மார்ச் 7, 2026 ஜூலை 8), ஹரியானா மகளிர், குழந்தைகள் மேம்பாட்டுத் துறை; விசிக கடிதம் குறித்து DT Next, The South First. Shanmugam IAS Academy-இன் சொந்தப் பகுப்பாய்வு.

Shanmugam IAS Academy – அடுத்த படி

- **வகுப்புகள்:** TNPSC குரூப் 1, 2 / 2A (Prelims + Mains), குரூப் 4, UPSC / IAS – கோவை · மதுரை · ஆன்லைன் – https://www.shanmugamiasacademy.in/fees
- **நூல்கள் (PDF):** TNPSC PYQ நூல்கள், பொதுத் தமிழ் முழுமையான நூல், UPSC நூல்கள் – https://www.shanmugamiasacademy.in/study-materials
- **இலவச quiz + தினசரி PDF:** https://www.shanmugamiasacademy.in/free-pdf-download · இந்த நாளின் அனைத்துச் செய்திகளும்: https://www.shanmugamiasacademy.in/upsc-mains-analysis-tamil

சேர்க்கைக்கு அழைக்க / WhatsApp: 99941 46662 · 99944 27714 · www.shanmugamiasacademy.in